



Pirámide de la alimentación saludable para niños y adolescentes (Sociedad Española de Nutrición Comunitaria).



En el COLEGIO LEONES, fomentamos que el comedor sea un espacio educativo. Por ello promovemos unos hábitos alimentarios, valores y unas actitudes básicas para la educación de los niños.

Estas finalidades se concretan en nuestro proyecto educativo, con el cual trabajamos en el comedor para conseguir:

- Desarrollar hábitos y actitudes saludables.
- Garantizar una dieta sana y rica que favorezca la salud y el crecimiento.
- Desarrollar el compañerismo, el respeto y la tolerancia.
- Favorecer la continuidad de la jornada escolar con actividades complementarias y extraescolares.
- Contribuir a la organización de la vida familiar cuando el padre y la madre trabajan.

# MENÚ

## COLEGIO LEONÉS

Pza. de San Isidoro, 6  
C/ Corredera, 5  
Avda. José Aguado, 28

# SEPTIEMBRE 2023

VUELTA AL COLE!!!		PRIMERA SEMANA			Viernes, 8 Puré de calabacín Hamburguesa con tomate natural Fruta Friday, 8 Zucchini puree Burger with natural tomato Fruit
Lunes, 11 Sopa de cocido Pechuga empanada con ensalada Fruta Monday, 12 Noodle soup Breast of Chicken with fried potatoes Fruit	Martes, 12 Espirales tricolores con tomate Salchichas naturales con puré de patata Yogurt Tuesday, 12 Tricolour pasta with tomato Natural Sausages with mashed potatoes Yogurt	SEGUNDA SEMANA	Miércoles, 13 Crema de calabaza Albóndigas en salsa Fruta Wednesday, 13 Cream of Pumpkin Meatballs in sauce Fruit	Jueves, 14 Arroz con pollo Lenguado con ensalada de tomate Yogurt Thursday, 14 Rice with chicken Sole with tomato salad Yogurt	Viernes, 15 Alubias estofadas Tortilla francesa con ensalada Fruta Friday, 15 Stewed string beans Omelette with salad Fruit
Lunes, 18 Macarrones con atún Lomo con patatas Yogurt Monday, 18 Macaroni with tuna Pork Loin Fillet with salad Yogurt	Martes, 19 Lentejas con zanahoria y puerro Tortilla de patata y ensalada Fruta Tuesday, 19 Lentils with carrots and leeks Omelette and salad Fruit	TERCERA SEMANA	Miércoles, 20 Paella mixta Sajonia al horno con ensalada de tomate y maíz Fruta Wednesday, 20 Paella Sajonia baked with salad of tomato and corn Fruit	Jueves, 21 Puré de verduras Pollo asado al limón con zanahorias baby Yogurt Thursday, 21 Vegetables puree Roast chicken with lemon with baby carrots Yogurt	Viernes, 22 Patatas guisadas con carne Pescado con ensalada Fruta Friday, 22 Stewed potatoes with meat Fish with salad Fruit
Lunes, 25 Puré de zanahoria Jamón asado con champiñón Fruta Monday, 25 Carrot puree Roast ham with mushrooms Fruit	Martes, 26 Patatas con judías Chispas de merluza con ensalada Yogurt Tuesday, 26 Stewed potatoes with green beans Hake chips with salad Yogurt	CUARTA SEMANA	Miércoles, 27 Garbanzos con chorizo Tortilla con ensalada Fruta Wednesday, 27 Chickpeas and chorizo Omelette and salad Fruit	Jueves, 28 Arroz con verduras Hamburguesa con guarnición Yogurt Thursday, 28 Rice with vegetables Burger with garnish Yogurt	Viernes, 29 Lentejas Campesinas Filete de pollo con ensalada Fruta Friday, 29 Lentil stew Chicken fillet with salad Fruit

